

【10月・11月主催講座ご案内】

☆健康について考える！☆

日時：11月20日（木）
時間：12時50分～15時30分
場所：川上地域センターホール
定員：先着50名（参加無料、参加申込必要）
問合せ及び申込先：川上地域センター Tel.428-0044

第1部 ベジチェック測定（東広島市健康福祉部医療保健課）

12時50分～13時50分

ベジチェック測定は推定野菜摂取量を測定し、その場で結果を見ることができます。野菜摂取レベルやおおよその不足量を知ることができ、食生活の見直しにつながります。

第2部 講演会 14時～15時30分

テーマ：健康
講師：高橋ホームクリニック
高橋宏幸院長
内容：かかりつけ医の
『健康よもやま話』



子育て防災

～ママ・パパのための防災講座～

日時：令和7年11月22日（土）
10時～11時30分
場所：研修室
講師：防災士 井上葉子さん
参加費：無料
対象：乳幼児をもっておられる
お母さんお父さん
内容：災害に備えること
災害時にできること
定員：8組（先着順）
申込先：川上地域センター
※参加者にはプレゼントがあります。

お知らせ

スマホセミナー 参加費無料

※スマートフォンは貸出機での受講。

第3回 11月14日（金）

内容：スマホ決済編・動画編

第4回 1月9日（金）

内容：お出かけ編・防犯編

第5回 3月13日（金）

内容：調べものの編・LINE編

時間：いずれも10:00～12:00

場所：研修室1 先着：20名

講師：ソフトバンク

スマホアドバイザー

弾き語りのための アコースティックギター

参加費無料

10月20日・11月10日

12月8日・1月19日

（毎月1回開催）

時間：14:00～15:30頃迄

場所：ホール

内容：初心者の方大歓迎！！

みんなで楽しくギターを習得し

弾き語りで歌をうたいませんか

☆ふれあい防災イベント（入場無料）

日時：10月26日（日）

9時30分～12時

場所：川上地域センター

内容：消防署体験・ドローンでのお菓子つかみ取り・防災関連クイズ・参加者プレゼント有り等盛りだくさん！

主催：ふれあい防災イベント
実行委員会

共催：飯田中組自治会・川上住民自治協議会・東広島市社会福祉協議会・川上地域センター等予定

いつでも誰でも参加自由！

みんなの居場所 ほったらかしや

赤ちゃん・幼児・ママパパ

学校に行きづらい子たちみんなの居場所です！

無料開放・出入り自由・持ち込み自由

時間：9:30分～13:00頃まで

場所：全館解放

開催日程【毎月第1・3水曜日】

10月1日・15日 ☆11月5日10時から田中真優

11月5日・19日 さんが『英語の絵本』読み方

12月3日・17日 講座をしてくれるよ☆



★大人の方対象です。

絵本の読み聞かせをするのではなく

読み方の講座です。参加希望者は川上地域センターに予約をしてください。

はじめよう親子英語

全5回講座（参加費無料/申込必要）

11月16日（日）

12月14日（日）

令和8年

1月25日（日）

2月15日（日）

3月15日（日）

時間：いずれも10時～11時

場所：研修室

先着：小1～小3の児童のいる親子10組

講師：田中 真優 氏

こんな方にオススメ！

- ・英語に興味がある
- ・親子で一緒に取り組みたい
- ・日常に英語を取り入れたい



令和7年度 ガーデニング教室

10月27日

12月8日

3月23日

13:30～15:00

【10月の移動
図書館車】

23日（木）

16:00～16:30



川上地域センター 令和7年10月行事予定表

＊9月15日までに申請手続きのあったものを掲載しています

日	曜	開始	終了	行事	日	曜	開始	終了	行事
1	水	9:00	13:00	主催講座 居場所づくりほったらかし屋	17	金	9:30	15:30	ふっくら手ごねパン教室
		12:30	19:30	遊楽書道			10:30	16:30	オカリナ竖琴教室
		13:30	15:30	いきいき体操			13:15	16:15	やさしいピアノ教室
		15:30	19:30	ジュニア体操			16:00	21:00	ジュニア硬筆
2	木	10:00	11:00	らく楽ステップダンス			17:30	19:30	リズムジャンプ教室
		13:00	15:00	そよ風クラブ（卓球）	18	土	8:30	13:00	川上なんでも塾
		14:30	17:30	やっチャオスクール			10:00	12:00	川上お母さんコーラス
		17:30	21:00	剣詩舞			13:00	16:00	パステル夢
3	金	9:00	12:00	川上フレンズ（卓球）			13:00	16:00	公衆衛生推進協議会
		9:30	11:30	なかよしパソコン教室			17:00	19:00	主催講座 もるもるモルック
		10:30	16:30	オカリナ竖琴教室	19	日	13:00	17:00	錬心館平岩空手道教室
		13:15	16:15	やさしいピアノ教室	20	月	9:30	11:30	生命の貯蓄体操
		16:00	21:00	ジュニア硬筆			12:30	13:30	キックボクササイズ
		17:30	19:30	リズムジャンプ教室			13:30	15:00	やまゆり（百歳体操）
4	土	10:00	12:00	川上お母さんコーラス			14:00	15:30	主催講座 ギター教室
		14:00	17:00	ピンスタース（卓球）			18:00	21:00	ピンスタース（卓球）
6	月	9:30	11:30	生命の貯蓄体操	21	火	9:00	12:00	華道教室
		10:00	11:00	らく楽ステップダンス			9:00	12:00	川上フレンズ（卓球）
		12:30	13:30	キックボクササイズ			9:30	11:30	吟詠
		13:00	15:00	歌謡MKサークル			13:00	15:00	川上SCD
		13:30	15:00	やまゆり（百歳体操）			13:00	16:00	そよ風クラブ（卓球）
		14:00	16:00	ふれあい歌のつどい			13:00	16:00	八本松俳句会
		18:00	21:00	ピンスタース（卓球）			19:00	20:00	キックボクササイズ
7	火	9:00	12:00	川上フレンズ（卓球）	22	水	10:00	11:00	スクエアステップ
		9:30	11:30	吟詠			12:30	19:30	遊楽書道
		13:00	16:00	そよ風クラブ（卓球）			13:30	15:30	いきいき体操
		13:00	15:00	川上SCD			15:30	19:30	ジュニア体操
		19:00	20:00	キックボクササイズ	23	木	10:00	11:00	らく楽ステップダンス
8	水	9:30	14:00	旬の料理教室			10:00	12:00	あけぼの会（大正琴）
		10:00	11:00	スクエアステップ			13:00	15:00	そよ風クラブ（卓球）
		10:00	14:00	着付け教室			14:30	17:30	やっチャオスクール
		12:30	15:00	市老連八本松支部			17:30	21:00	剣詩舞
		13:30	15:30	いきいき体操	24	金	9:00	12:00	川上フレンズ（卓球）
		15:00	19:30	遊楽書道			9:30	11:30	なかよしパソコン教室
		15:30	19:30	ジュニア体操			9:30	13:30	広島医療生協
9	木	10:00	11:00	らく楽ステップダンス			12:30	15:30	生き生きサロン
		10:00	12:00	あけぼの会（大正琴）			16:00	21:00	ジュニア硬筆
		13:00	15:00	そよ風クラブ（卓球）			17:30	19:30	リズムジャンプ教室
		17:30	21:00	剣詩舞	25	土	10:00	12:00	川上お母さんコーラス
10	金	9:00	13:00	子育てオアシス			9:00	11:00	㈱栄興産
		9:30	11:30	なかよしパソコン教室	26	日	9:30	12:00	ふれあい防災イベント
		13:30	15:30	主催講座 クラフトかご作り	27	月	9:30	11:30	生命の貯蓄体操
		16:00	21:00	ジュニア硬筆			9:30	11:30	川上民謡
		17:30	19:30	リズムジャンプ教室			10:00	11:00	らく楽ステップダンス
11	土	9:30	12:30	伝筆夢			12:30	13:30	キックボクササイズ
		10:00	12:00	川上お母さんコーラス			13:30	15:00	やまゆり（百歳体操）
		14:00	17:00	ピンスタース（卓球）			13:30	15:00	主催講座 ガーデニング教室
14	火	9:00	12:00	川上フレンズ（卓球）			18:00	21:00	ピンスタース（卓球）
		13:00	16:00	そよ風クラブ（卓球）	28	火	9:00	12:00	川上フレンズ（卓球）
		19:00	20:00	キックボクササイズ			12:30	15:00	なでしこ会
15	水	9:00	13:00	主催講座 居場所づくりほったらかし屋			13:00	16:00	そよ風クラブ（卓球）
		12:30	19:30	遊楽書道			19:00	20:00	キックボクササイズ
		13:30	15:30	いきいき体操	29	水	12:30	19:30	遊楽書道
		15:30	19:30	ジュニア体操			13:30	15:30	いきいき体操
16	木	10:00	11:00	らく楽ステップダンス	30	木	10:00	11:00	らく楽ステップダンス
		13:00	15:00	そよ風クラブ（卓球）			13:00	15:00	そよ風クラブ（卓球）
		14:30	17:30	やっチャオスクール			14:30	17:30	やっチャオスクール
		17:30	21:00	剣詩舞			17:30	21:00	剣詩舞
17	金	9:00	12:00	川上フレンズ（卓球）	31	金	9:00	12:00	川上フレンズ（卓球）
		9:30	11:30	なかよしパソコン教室			17:30	19:30	リズムジャンプ教室